ประสิทธิผลของโปรแกรมนันทนาการโดยการเล่นอังกะลุงในผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า

ธรรมรุจา อุดม

วิทยานิพนธ์นี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต
สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ
บัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพา
พฤศจิกายน 2547

ISBN 974-9740-58-0

ลิขสิทธิ์ของมหาวิทยาลัยบูรพา

อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์และคณะกรรมการสอบปากเปล่าวิทยานิพนธ์ ได้พิจารณาวิทยานิพนธ์ของธรรมรุจา อุดม ฉบับนี้แล้ว เห็นสมควรรับเป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ ของมหาวิทยาลัยบูรพาได้

อาจารย์ผู้ควบคุมวิทยานิพนธ์

.....ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. รัชนีภรณ์ ทรัพย์กรานนท์)

.....กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วารี กังใจ)

.....กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ไพรัตน์ วงษ์นาม)

คณะกรรมการสอบปากเปล่า

.....ประธาน

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. รัชนีภรณ์ ทรัพย์กรานนท์)

.....กรรมการ

(นายแพทย์ทรงสิทธิ์ อุดมสิน)

.....กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร)

.....กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. วารี กังใจ)

.....กรรมการ

(ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. ไพรัตน์ วงษ์นาม)

บัณฑิตวิทยาลัยอนุมัติให้รับวิทยานิพนธ์ฉบับนี้เป็นส่วนหนึ่งของการศึกษาตามหลักสูตรปริญญาพยาบาลศาสตรมหาบัณฑิต สาขาวิชาการพยาบาลผู้สูงอายุ ของมหาวิทยาลัยบูรพา

.....คณบดีบัณฑิตวิทยาลัย

(รองศาสตราจารย์ ดร. ประทุม ม่วงมี)

วันที่ 19 เดือน พฤศจิกายน พ.ศ. 2547

ประกาศคุณูปการ

วิทยานิพนธ์ฉบับนี้สำเร็จลงได้ด้วยดีเนื่องจากได้รับความกรุณาให้คำปรึกษา และช่วยแนะนำแก้ไขข้อบกพร่องต่าง ๆ อย่างดียิ่งจาก ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.รัชนีภรณ์ ทรัพย์กรานนท์ ซึ่งเป็นประธานกรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ ผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.วารี กังใจ และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร.ไพรัตน์ วงษ์นาม กรรมการควบคุมวิทยานิพนธ์ ซึ่งทำให้ผู้วิจัยได้แนวทางในการศึกษาค้นคว้าหาความรู้และประสบการณ์ในการทำวิทยานิพนธ์ในครั้งนี้ จึงขอกราบขอบพระคุณเป็นอย่างสูงมา ณ โอกาสนี้

ขอขอบพระคุณนายแพทย์ทรงสิทธิ์ อุดมสิน และผู้ช่วยศาสตราจารย์ ดร. นฤพนธ์ วงศ์จตุรภัทร คณะกรรมการสอบปากเปล่าที่ได้กรุณาให้ข้อเสนอแนะในการปรับปรุงแก้ไขจนทำให้วิทยานิพนธ์ฉบับนี้มีความสมบูรณ์ยิ่งขึ้น

ขอขอบพระคุณผู้ทรงคุณวุฒิทุกท่าน ได้แก่ อาจารย์ชัยวุฒิ อินปรางค์ อาจารย์สถาพร ภูระก้านตรง ผศ.อารีรัตน์ สังวรพงษ์พนา น.ส.สุดา วิไลเลิศ และอาจารย์เพ็ญพรรณ ขจรศิลป์ ที่ได้ให้ความกรุณาและอนุเคราะห์ในการตรวจสอบโน้ตเพลง ความเหมาะสมของเพลงที่ใช้ในการทำกิจกรรม และแผนการจัดกิจกรรมนันทนาการโดยใช้การเล่นอังกะลุง รวมทั้งข้อเสนอแนะที่เป็นประโยชน์ในการทำวิทยานิพนธ์ฉบับนี้

ขอขอบพระคุณผู้สูงอายุที่เข้าร่วมเป็นส่วนหนึ่งของการวิจัยทุกท่าน ที่ให้ความร่วมมือในการเข้าร่วมการทดลองโปรแกรมนันทนาการโดยใช้การเล่นอังกะลุง เจ้าหน้าที่สถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรีทุกท่านที่อำนวยความสะดวกในการทำวิจัยครั้งนี้

ขอขอบพระคุณบิดา มารดา น้องสาว น้องชาย เรือเอกพงสกร ศรีทองคำ และคุณวนิดา จับบาง ที่เป็นกำลังใจและให้ความช่วยเหลือตลอดมา ขอขอบคุณสำหรับกำลังใจและการช่วยเหลือตลอดระยะเวลาที่ทำการศึกษาจากพี่น้อง และเพื่อนทั้งจากสาขาการพยาบาลผู้สูงอายุและจากตึกอายุรกรรมหญิงชั้น 5 โรงพยาบาลชลบุรี

ขอขอบพระคุณบัณฑิตวิทยาลัย มหาวิทยาลัยบูรพาที่สนับสนุนทุนเพื่อการวิจัยครั้งนี้

คุณความดี คุณค่า และประโยชน์ที่ได้รับจากวิทยานิพนธ์ฉบับนี้ ผู้วิจัยขอมอบแด่คุณย่าแจ๋ว อุดม ผู้สูงอายุที่เคารพรัก และได้ล่วงลับไปก่อนที่วิทยานิพนธ์เล่มนี้จะเสร็จสิ้น

ธรรมรุจา อุดม

44910185: สาขาวิชา: การพยาบาลผู้สูงอายุ; พย.ม. (การพยาบาลผู้สูงอายุ)
คำสำคัญ: โปรแกรมนันทนาการโดยการเล่นอังกะลุง/ ผู้สูงอายุ/ ภาวะซึมเศร้า

ธรรมรุจา อุดม : ประสิทธิผลของโปรแกรมนันทนาการโดยการเล่นอังกะลุงในผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้า (THE EFFECTS OF RECREATION PROGRAM USING ANKALUNG ON ELDERLY WITH DEPRESSION) อาจารย์ที่ปรึกษา : รัชนีภรณ์ ทรัพย์กรานนท์, Ph.D., วารี กังใจ, พย.ด., ไพรัตน์ วงษ์นาม, ค.ด., 120 หน้า. ISBN 974-9740-58-0

การวิจัยครั้งนี้เป็นการวิจัยเชิงทดลอง แบบศึกษา 2 กลุ่ม วัดผลระยะก่อนและหลังการทดลอง เพื่อศึกษาผลของโปรแกรมนันทนาการโดยการเล่นอังกะลุง กลุ่มตัวอย่างคือ ผู้สูงอายุที่อาศัยอยู่ในสถานสงเคราะห์คนชราบ้านบางละมุง จังหวัดชลบุรี จำนวน 20 คน คัดเลือกกลุ่มตัวอย่างที่มีคุณสมบัติครบตามเกณฑ์ที่กำหนดด้วยวิธีการสุ่มอย่างง่ายเข้ากลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม กลุ่มละ 10 คน จัดให้กลุ่มทดลองเข้าร่วมโปรแกรมนันทนาการโดยการเล่นอังกะลุง ตามขั้นตอนที่วางไว้ สัปดาห์ละ 3 วัน ใช้เวลาครั้งละ 1 ชั่วโมง เป็นเวลา 6 สัปดาห์ กิจกรรมต่าง ๆ ประกอบด้วย การเข้ากลุ่มสร้างสัมพันธภาพ การฝึกทักษะเกี่ยวกับการเล่นอังกะลุง การเล่นอังกะลุง การเปิดโอกาสให้แสดงความคิดเห็น การให้แรงเสริมโดยการให้กำลังใจและคำชมเชย กลุ่มควบคุมได้รับการดูแลตามปกติ เก็บรวบรวมข้อมูล ด้วยการสัมภาษณ์ในระยะก่อนการทดลองและหลังการทดลองเสร็จสิ้นโดยใช้แบบวัดความซึมเศร้าของผู้สูงอายุไทยและแบบวัดความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง ซึ่งผู้วิจัยได้นำไปทดลองใช้และหาความเชื่อมั่นโดยคำนวณหาค่าสัมประสิทธิ์แอลฟาของครอนบาค ได้ค่าความเชื่อมั่นเท่ากับ .85 และ .79 ตามลำดับ สถิติที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล คือ ความถี่ ร้อยละ ค่าเฉลี่ย ส่วนเบี่ยงเบนมาตรฐาน และการหาค่าที (t – Test)

ผลการวิจัยพบว่า

1. ในระยะหลังการทดลอง ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความซึมเศร้าน้อยกว่าก่อนการทดลองและน้อยกว่าผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

2. ในระยะหลังการทดลอง ผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าในกลุ่มทดลองมีคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองสูงกว่าก่อนการทดลองและสูงกว่าผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าในกลุ่มควบคุมอย่างมีนัยสำคัญทางสถิติที่ระดับ .01

44910185: MAJOR : GERONTOLOGICAL NURSING;
MNS. (GERONTOLOGICAL NURSING)
KEYWORD: RECREATION PROGRAM / ANKALUNG / ELDERLY WITH DEPRESSION

TUMRUJA UDOM: THE EFFECTS OF RECREATION PROGRAM USING ANKALUNG ON ELDERLY WITH DEPRESSION. THESIS ADVISORS: RARCHARNEEPORN SUBGRANON, Ph.D., WAREE KANGCHAI, D.N.S., PAIRAT WONGNAM, Ph.D., 120 P. ISBN 974-9740-58-0

This research was designed as two-groups, pretest-posttest experimental research, and aimed to study the effects of recreation program using ankalung on elderly with depression. The sample consisted of 20 elderly who stayed in Banglamung Home for the Elderly, Chonburi province. The elderly were simple randomed into the experimental group and the other 10 into the control group. The experimental group participated in the recreation program using Ankalung three times a week for 6 weeks. Each session was one hour. The components of process of recreation program : group relationship, learn how to play Ankalung, play Ankalung verbal persuasion and emotional arousal. The control group received regular caring. Collected data by using interview with Thai geriatric depression scale and Rosenberg self esteem scale instruments. The reliability coefficient obtained by means of cronbach's coefficient of alpha was .85 and .79 respectively. The statistical used were frequencies, percentage, mean, standard deviations and t-test.

The study showed that :

1. Post experiment, the elderly with depression in the experimental group had depression score significantly lower than before the experiment and lower than the control group ($p < .01$).

2. Post experiment, the elderly with depression in the experimental group had self esteem score significantly higher than before the experiment and higher than the control group ($p < .01$).

สารบัญ

หน้า

บทคัดย่อภาษาไทย..... ง

บทคัดย่อภาษาอังกฤษ..... จ

สารบัญ..... ฉ

สารบัญตาราง..... ช

สารบัญภาพ..... ฌ

บทที่

1 บทนำ..... 1

ความเป็นมาและความสำคัญของปัญหา..... 1

คำถามในการวิจัย..... 6

วัตถุประสงค์ในการวิจัย..... 7

สมมติฐานการวิจัยและเหตุผลสนับสนุน..... 7

ประโยชน์ที่คาดว่าจะได้รับ..... 11

ขอบเขตของการวิจัย..... 11

นิยามศัพท์เฉพาะ..... 12

กรอบแนวคิดในการวิจัย..... 14

2 วรรณกรรมและงานวิจัยที่เกี่ยวข้อง..... 15

แนวคิดเกี่ยวกับภาวะซึมเศร้าในผู้สูงอายุ..... 15

แนวคิดเกี่ยวกับความรู้สึกมีคุณค่าในตนเอง..... 29

แนวคิดเกี่ยวกับนันทนาการสำหรับผู้สูงอายุ..... 35

แนวคิดเกี่ยวกับดนตรีสำหรับผู้สูงอายุ..... 43

ความเป็นมาและประวัติของอังกะลุง..... 47

3 วิธีดำเนินการวิจัย..... 51

ประชากรและกลุ่มตัวอย่าง..... 51

เครื่องมือที่ใช้ในการวิจัย..... 52

การตรวจสอบคุณภาพเครื่องมือ..... 55

การทดลองและการเก็บรวบรวมข้อมูล..... 56

การวิเคราะห์ข้อมูลและสถิติที่ใช้..... 61

สารบัญ (ต่อ)

บทที่	หน้า
4 ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	62
สัญลักษณ์ที่ใช้ในการวิเคราะห์ข้อมูล	62
การเสนอผลการวิเคราะห์ข้อมูล	62
ผลการวิเคราะห์ข้อมูล	63
5 สรุป อภิปรายผล และข้อเสนอแนะ	71
สรุปผลการวิจัย	71
การอภิปรายผลการวิจัย	72
ข้อเสนอแนะ	75
บรรณานุกรม	76
ภาคผนวก	87
ภาคผนวก ก	88
ภาคผนวก ข	90
ภาคผนวก ค	93
ภาคผนวก ง	118
ประวัติย่อของผู้วิจัย	120

สารบัญตาราง

ตารางที่ หน้า

1 จำนวนและร้อยละของผู้สูงอายุ จำแนกตามข้อมูลพื้นฐาน..... 63
2 ข้อมูลและคะแนนเฉลี่ยของความซึมเศร้าในผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าในระยะก่อนการทดลองและระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้นในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม..... 65
3 การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความซึมเศร้าของผู้สูงอายุกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลองและระยะหลังการทดลอง..... 66
4 การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความซึมเศร้าของผู้สูงอายุกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลองและระยะหลังการทดลอง..... 67
5 การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความซึมเศร้าของผู้สูงอายุระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลอง..... 67
6 การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความซึมเศร้าของผู้สูงอายุระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง..... 68
7 ข้อมูลและคะแนนเฉลี่ยของความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุที่มีภาวะซึมเศร้าในระยะก่อนการทดลองและระยะหลังการทดลองเสร็จสิ้นในกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุม..... 68
8 การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุกลุ่มทดลองในระยะก่อนการทดลองและระยะหลังการทดลอง..... 69
9 การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลองและระยะหลังการทดลอง..... 69
10 การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุ ระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะก่อนการทดลอง..... 70
11 การเปรียบเทียบความแตกต่างของคะแนนเฉลี่ยความรู้สึกมีคุณค่าในตนเองของผู้สูงอายุระหว่างกลุ่มทดลองและกลุ่มควบคุมในระยะหลังการทดลอง..... 70

สารบัญภาพ

ภาพที่		หน้า
1	กรอบแนวคิดในการวิจัย	14
2	รูปแบบการวิจัย	51
3	ขั้นตอนการดำเนินการวิจัย	60